



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA ACADÉMICO DE MAESTRÍA EN
PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes
de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023

TESIS PARA OBTENER EL GRADO ACADÉMICO DE:

Maestro en Psicología Educativa

AUTOR:

Caspito Miñano, Domingo Walter (orcid.org/0000-0002-1952-5363)

ASESORES:

Dra. Guerra de González Yetzy Beatriz (orcid.org/0000-0001-8801-5618)

Mg. Merino Hidalgo, Darwin Richard (orcid.org/0000-0001-9213-0475)

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN:

Atención Integral del Infante, Niño y Adolescente

LÍNEA DE RESPONSABILIDAD SOCIAL UNIVERSITARIA:

Apoyo a la reducción de brechas y carencias en la educación en todos sus niveles

TRUJILLO – PERÚ

2023

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a mi madre, mis hermanos y esposa, especialmente a mi hija: Chelsy, porque gracias a ellos pude caminar acompañado a lo largo de este trayecto, con su apoyo constante y motivación permanente para superarme profesionalmente.

El autor.

AGRADECIMIENTO

En primer lugar, agradezco a Dios, por darme salud y sapiencia necesaria para superar todas las dificultades hasta culminar el presente trabajo de investigación. Asimismo, a los docentes de la Universidad César Vallejo, en especial al **Mg. Darwin Richard Merino Hidalgo**, por sus sabias enseñanzas y motivación para culminar esta meta.

El autor.



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Autenticidad del Asesor

Yo, DARWIN RICHARD MERINO HIDALGO, docente de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, asesor de Tesis Completa titulada: "Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023", cuyo autor es CASPITO MIÑANO DOMINGO WALTER, constato que la investigación tiene un índice de similitud de 17.00%, verificable en el reporte de originalidad del programa Turnitin, el cual ha sido realizado sin filtros, ni exclusiones.

He revisado dicho reporte y concluyo que cada una de las coincidencias detectadas no constituyen plagio. A mi leal saber y entender la Tesis Completa cumple con todas las normas para el uso de citas y referencias establecidas por la Universidad César Vallejo.

En tal sentido, asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

TRUJILLO, 30 de Julio del 2023

Apellidos y Nombres del Asesor:	Firma
DARWIN RICHARD MERINO HIDALGO DNI: 18143841 ORCID: 0000-0002-7071-2914	Firmado electrónicamente por: DMERINOH el 08-08- 2023 22:14:25

Código documento Trilce: TRI - 0627161



**ESCUELA DE POSGRADO
MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**

Declaratoria de Originalidad del Autor

Yo, CASPITO MIÑANO DOMINGO WALTER estudiante de la ESCUELA DE POSGRADO MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA de la UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO SAC - TRUJILLO, declaro bajo juramento que todos los datos e información que acompañan la Tesis Completa titulada: "Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023", es de mi autoría, por lo tanto, declaro que la Tesis Completa:

1. No ha sido plagiada ni total, ni parcialmente.
2. He mencionado todas las fuentes empleadas, identificando correctamente toda cita textual o de paráfrasis proveniente de otras fuentes.
3. No ha sido publicada, ni presentada anteriormente para la obtención de otro grado académico o título profesional.
4. Los datos presentados en los resultados no han sido falseados, ni duplicados, ni copiados.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponda ante cualquier falsedad, ocultamiento u omisión tanto de los documentos como de la información aportada, por lo cual me someto a lo dispuesto en las normas académicas vigentes de la Universidad César Vallejo.

Nombres y Apellidos	Firma
DOMINGO WALTER CASPITO MIÑANO DNI: 19675595 ORCID: 0000-0002-1952-45363	Firmado electrónicamente por: DWCASPITO el 30-07- 2023 12:58:13

Código documento Trilce: TRI - 0627163

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA.....	ii
AGRADECIMIENTO	iii
DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD DEL ASESOR	iv
DECLARATORIA DE ORIGINALIDAD DEL AUTOR.....	v
ÍNDICE DE CONTENIDOS.....	vi
ÍNDICE DE TABLAS	vii
RESUMEN.....	viii
ABSTRACT	ix
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO.....	4
III. METODOLOGÍA	13
3.1. Tipo y diseño de investigación	13
3.2. Variables y operacionalización.....	14
3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis.....	14
3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos.....	15
3.5. Procedimientos	15
3.6. Método de análisis de datos	15
3.7. Aspectos éticos	16
IV. RESULTADOS.....	17
V. DISCUSIÓN.....	21
VI. CONCLUSIONES	26
VII. RECOMENDACIONES	27
REFERENCIAS	28
ANEXOS.....	34

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Relación entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico	16
Tabla 2.	Relación entre la adicción a las redes sociales y los estresores.....	17
Tabla 3.	Relación entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés.....	18
Tabla 4.	Relación entre la adicción a las redes sociales y falta de afrontamiento del estrés.....	19

RESUMEN

La actual investigación ostenta por objeto Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2022, admitiendo un total de ideas de las variables de disección mostradas en el epígrafe. La indagación se contextualiza en investigación básica con enfoque cuantitativo, diseño no experimental, correlacional de corte transversal, contemplando una muestra de 113 estudiantes, además se urgió de la autenticación de 3 expertos en el entorno de la indagación para la recopilación de datos en esta indagación el cual se aplicó dos cuestionarios. Subsiguientemente, la información fue desarrollada y exteriorizada a través de tablas estadísticas empleando el software Microsoft Excel y el programa SPSS. El cual se detectó una distribución no normal de acuerdo con el test de Kolmogorov-Smirnov y con la prueba estadística de Rho de Spearman, dando un índice de relación 0.660** cuya significancia es de 0.000, concluyendo de que entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico existe una relación alta y significativa.

Palabras clave: Adicción, redes sociales, estrés, estresores.

ABSTRACT

The current research has the objective of determining the relationship that exists between addiction to social networks and academic stress in students of an educational institution in Santiago de Chuco, 2023, admitting a total of ideas of the dissection variables shown in the epigraph. The inquiry is contextualized in basic research with a quantitative approach, non-experimental, cross-sectional correlational design, contemplating a sample of 113 students, in addition, the authentication of 3 experts in the inquiry environment was urged for data collection in this inquiry which applied two questionnaires. Subsequently, the information was developed and externalized through statistical tables using Microsoft Excel software and the SPSS program. Which detected a non-normal distribution according to the Kolmogorov-Smirnov test and with Spearman's Rho statistical test, giving a relationship index of 0.660** whose significance is 0.000, concluding that between the addiction to networks social and academic stress there is a high and significant relationship.

Keywords: Addiction to social networks, stress, stressors.

I. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, la globalización ha generado que la tecnología es la herramienta fundamental del desarrollo de los países y sobre todo en la educación, es por ello que se ha verificado la evidencia de como las personas buscan ventajas de dichas herramientas, pero de alguna manera el aprovechamiento del internet ha generado entornos virtuales (redes sociales), los cuales son muy usados por los jóvenes y niños, lo cual ha establecido conductas que los expertos pueden denominar adicción, ya que estas conductas no son típicas para el uso de lineamientos que son de entretenimiento, lo cual ha verificado que generan conductas atípicas que generan estrés. (Pellegrino et al, 2022).

En Latinoamérica, el uso de las herramientas virtuales en el sector educativo ha sido fundamental para los sistemas de estudios en dicha región, puesto que el acceso a internet es muy importante ya que ha generado que los estudiantes puedan intercambiar información y tener acceso a datos que ayuden a incrementar sus conocimientos, es por ello que el acceso a las redes sociales han establecido una interconexión entre los estudiantes que antes no se daba y ha establecido una diferencia en el desarrollo social y emocional de los mismos generando que su uso sea algo común para poder relacionarse con los demás, lo cual ha generado problemas que han generado estrés generando parámetros que no son adecuados al desarrollo de las clases. (Cabero et al, 2020).

En Perú, las redes sociales ha sido el común denominador en los adolescentes ya que para satisfacer las necesidades sociales han atañido su uso en algo normal en su interacción con las demás personas, teniendo en cuenta que su uso es muy popular, y generando estrés entre ellos ya que el no contar con los seguidores necesarios o contar con los dispositivos que ayuden a acceder de manera eficiente a dichas plataformas a generar el decremento en las relaciones interpersonales de los estudiantes de secundarias que son en su mayoría los usuarios de dichas aplicaciones, tenemos que tener en cuenta que dicha población es la más vulnerable, ya que al exponerse desmedidamente al uso de los dispositivos, han denotado comportamientos atípicos exponiéndose a adicciones a dichas aplicaciones. (Carrasco y Pinto, 2021).

Del mismo modo, en la provincia de Santiago de Chuco, se ha detectado en los estudiantes adolescentes el uso irregular de los celulares, debido a que según la magister en educación, Flor Pérez Paredes (2019), refiere que la mala utilización de estos dispositivos trae como consecuencia que los niños no aprendan con agilidad. Incluso realizó un programa de actividades lúdicas alternativas donde los estudiantes puedan estimular su creatividad.

En la entidad de estudio se han encontrado que las habilidades de interacción de entre estudiantes adolescentes se han visto afectados por comportamiento de excesivo uso de redes sociales, considerando que el uso excesivo de estas aplicación social, vienen generando daños en su comportamiento, ya que muchas veces dejan de lado sus actividades de estudio, así como el contacto con su familia que muchas veces es muy importante para la construcción de su personalidad, es por ello que la realidad descrita establece la necesidad para estudiar la relación de como los parámetros de la adicción a las redes sociales puedan generar índices de estrés, por ello planteamos la siguiente pregunta; ¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023?

Por ende se plantea diferentes justificaciones como la teórica ya que se incrementara el conocimiento científico de las variables de investigación, generando una justificación práctica ya que los resultados nos ayudaran a verificar los fundamentos para la creación de programas de mejorar referente a los temas de investigación, se tiene una justificación metodológica ya que se establece que se verificara si los instrumentos que se describan sirven para recabar la información necesaria y coherente para el incremento del conocimiento.

Como objetivo de investigación; Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.

Como objetivos específicos; Oe1. Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y los estresores en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. Oe2. Determinar la relación

que existe entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. Oe3. Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y la falta de afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.

Como hipótesis de investigación; Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.

Como hipótesis específicas; He1. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y los estresores en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. He2. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. He3. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y falta de contrarresto del estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.

II. MARCO TEÓRICO

Izurieta et al (2022), estableció un los parámetros de trastorno de ansiedad y el estrés de los estudiantes, estableciendo como propósito la relación entre dichos parámetros desde un estudio correlacional, los datos dieron evidencia que existe un índice de relación del 68%, por ende se puede concluir que existen parámetros es por ello que debemos que tener en cuenta que los índices de relación se debe al extremo uso de plataformas y al incorrecto direccionamiento de distribución del tiempo, generando estrés en el cumplimiento de responsabilidades académicas.

Valencia et al (2021), en su artículo científico explica los parámetros de adición de las redes sociales en los individuos desde la percepción de los docentes, obteniendo como objetivo dar un análisis de percepción respecto al nivel de dependencia a las redes sociales, tomando como muestra a 1480 docentes, los resultados obtenidos dieron evidencia de adicciones significativas para la dependencia a las redes sociales entre el alumnado, ya que invierten demasiado tiempo en el uso del internet, por lo que se puede concluir que los parámetros de dependencia de las redes sociales han dado una afectación significativa en el comportamiento de los estudiantes.

Pineida (2020), en el presente estudio se establece la relación entre el estrés académico de como se orientan a los estudiantes, verificando los estresores, las respuestas y el afrontamiento que los estudiantes tienen ante el estrés, la investigación fue no experimental, se aplicó dos cuestionarios a 232 estudiantes los cuales se tomó como muestra de toma de datos, teniendo como resultados indicando que el estrés y el afrontamiento que los estudiantes tienen deben estar adecuados en un nivel moderado para generan aptitudes y actitudes que ayuden a adoptar las posibilidades en las situaciones que generan estrés académico, por lo que se puede concluir que es muy importante verificar el nivel de afrontamiento de los estudiantes en base a todos los estresores que se presentan durante el tiempo de estudios.

Álvarez et al (2018), en su artículo científico estableció como parámetro fundamental el nivel de estrés en los individuos, verificando la dicha investigación desde una metodología de corte transversal, con una muestra de 210 personas

los cuales respondieron un cuestionario que dieron evidencia de que los estudiantes sufren en estrés en su 97%, ya que se percibe que las reacciones físicas y psicológicas redundan en los estamentos estresores que generan un cambio en el comportamiento en el transcurso de sus clases, es por eso que tenemos que tener en cuenta que la sobrecarga y el uso desmesurado de las tecnologías causando parámetros de estrés y adicción a dichos estresores.

Quito (2017), en su artículo establece una explicación sobre el estrés académico, teniendo como principal objetivo el entender el estrés en los estudiantes, la investigación se fundamentó en una revisión sistemática de investigaciones y estudiando lo establecido por 60 personas que contestaron las preguntas relacionados a los temas tratados, dando como resultados que el estrés un problema muy común que muestra una gran intensidad en los estudiantes ya que no se establece un adecuado interés para dichos problemas, es por ello que se concluye que establecer parámetros adecuados para poder identificar los índices de estrés es muy importante para poder evitar posibles enfermedades más graves a causa de los índices de estrés.

Jasso et al (2017), en su artículo científico explica la fundamentación de la conducta adictiva de las redes social y el uso incierto del móvil, determinando la relación entre los fundamentos explicados, la metodología fue entorno a un enfoque cuantitativo, obteniendo datos de 374 universitarios a los cuales se les aplico dos escalas de medición, obteniendo como resultados del análisis que existe una relación significativa con la dependencia de las redes sociales generando un uso problemático con los teléfonos móviles, concluyendo que la importancia de estudio para el correcto uso de los teléfonos móviles y las redes sociales debe generar un establecimiento saludable para evitar cualquier tipo de enfermedad, verificando que existen diferentes factores que dan riesgo a la conducta no saludable del uso excesivo de las tecnologías.

Como antecedentes nacionales se establece la descripción de Gutiérrez y Vega (2022), establece una explicación de cómo la dependencia a las redes sociales generan una relación en los estresores y conductas agresivas de los individuos, planteando como propósito relacionar dichos estamentos desde un entorno cuantitativo, con una muestra de 363 personas, los resultados dieron evidencia

de un $r= 0.464$, concluyendo y demostrando la efectividad de una relación significativa entre los parámetros que generan adicción a las redes sociales desde los estamentos de obsesión en base al uso, la falta de control y el utilización excesiva generan mayores estresores que darán como resultado agresividad o depresión en los estudiantes.

Prado (2022), verifico consolidar la relación con el clima familiar y social el rendimiento en la enseñanza virtual de las personas, de la localidad de Tacna, 2020; para lo cual se realiza una tesis con enfoque cuantitativo, empleando la encuesta y registro de datos como instrumentos. La investigación demuestra que en un 52,24% de los casos estudiados el nivel del clima social familiar con sus aspectos se desarrolla y con la estabilidad de estudiantes es idóneo; mientras que en 41,79% de los casos estudiados hay un rendimiento virtual destacado y en el 41,79% se ha llegado a los resultados esperados; con el análisis de los resultados y el estudio de la bibliografía se llega concluir que no hay la relación significativa lo familiar y social el aprovechamiento de las clases virtuales de alumnos del nivel primario pertenecientes al quinto y sexto grado.

Núñez (2021), en su investigación estableció las redes sociales en base a la agresividad de los estudiantes, es por ello que demostrar dichos parámetros de relación desde un estudio básico, la muestra fue establecida por 279 individuos, los resultados obtenidos dieron una significancia menor al 5%, concluyendo que los estamentos de adicción a cualquier tipo de red social pueden generar estrés en el estudiante el cual lo llevara a originar un alto índice de agresividad.

Ramos (2021) en su investigación buscó una explicación sobre la influencia en la intervención familia y cómo responden los alumnos; en su investigación básica, se recurrió al cuestionario de Stanley y la escala de Rudolf H. como instrumento. La investigadora encuentra que hay una relación de Pearson de 0.878 y que un 49% de los alumnos que forman parte de la investigación tienen un clima social familiar medio y que un 41.7% tiene un nivel de autoestima promedio y que en efecto hay una influencia entre los temas tratados promedio estableciéndose como premisas de causa efecto que en tanto el clima social familiar se optimo habrá una mayor autoestima en los alumnos.

Oseda et.al (2020), se propusieron investigar como si existe una relación en como las acciones de la familia se refleja en el rendimiento, para lograr el objetivo se emplea un análisis con enfoque cuantitativo, con alcance básico descriptivo y de nivel correlacional y empleando instrumentos como el Test de Moss así como se recurrió a recopilar la información del historial académico de la población objeto de estudio; con el estudio de los hallazgos se llega a concluir que en los casos estudiados en un 5% hay una correlación significativa y directa entre el clima social familiar y el aprovechamiento académico de los estudiantes que formaron parte de la muestra de la investigación estableciéndose una relación de causa efecto en tanto los resultados demuestran que mientras mejor sea la intervención de la familia se generara mejores beneficios en los estudiantes.

Acuña y Reyes (2019), explican como propósito sustentar la relación entre la dependencia a las redes sociales y los parámetros de furor en los individuos, la investigación fue cuantitativa, con una muestra 247 estudiantes, a los cuales se les aplicó dos cuestionarios, que después de analizar los datos dieron un 34.1% de relación, por lo que se concluye que entre los estamentos planteados existe una relación significativa.

Sánchez (2019), en su investigación fundamento una explicación sobre la dependencia a las diferentes redes sociales verificando como es el nivel de afrontamiento en cuanto a sus habilidades sociales, la investigación tuvo como propósito el relacionar dichos estamentos desde un enfoque cuantitativo, la muestra fue de 86 individuos a los cuales se les aplicó dos cuestionarios, verificando que teniendo un adecuado manejo de emociones en base a tus habilidades pueden orientar a no tener dependencia a redes sociales.

La teoría de la comparación social, sugiere que los individuos estamos constantemente en una evaluación propia que se realiza de dos maneras, descendente y ascendente y en ocasiones por un deseo de filiación. De manera Descendente, las personas se contrastan con algún otro individuo y se dan cuenta de que a la otra persona le falta algo y se auto perciben como si estuvieran completos y a los demás les falta, por otra parte en la segunda, cuando el individuo se contrasta con algún otro, descubre que es a si mismo al que le está faltando algo. (Crusius et al, 2022)

Dicho de otra manera, se puede decir que esta teoría sostiene que el uso desmedido de las redes sociales puede llevar a la comparación social. Los individuos tienden a compararse con los demás en las redes sociales, lo que puede llevar a sentimientos de insuficiencia, envidia y baja autoestima. (Miller et al, 2015).

La teoría de la sobreinformación, explica que demasiada información es la causa del síndrome de fatiga de la información, que puede afectar la calidad y cantidad del sueño; independientemente del tipo de información; se debe esperar que las noticias negativas llamen más la atención y aumenten así la tensión mental; demasiada información no ayudará, pero creará distorsiones. (Anderson, 2005). El exceso de información crea desinformación, lo que implica la intención del emisor de persuadir engañando al receptor, con el objetivo de dirigir o controlar su comportamiento para que este se oriente a conveniencia del engañador. (Mahdi et al, 2020).

La teoría del estrés en estudiantes, existe una relación significativa con el estrés y los estudios. El estrés en alumnos puede ser el resultado de una interacción complicada entre las demandas del entorno y los recursos personales, la falta de control sobre el ambiente de estudio, la motivación externa y la forma en que se afronta la situación estresante. (Krohne, 2002).

El estrés puede afectar menoscabar el rendimiento académico al aminorar la capacidad de concentración y memoria, aumentar la ansiedad y afectar el estado de ánimo en general. Además, el estrés prolongado puede tener efectos negativos en la salud mental y física, pudiendo conducir a la disminución en la motivación y el interés en los alumnos. (Mohammad et al, 2015).

La teoría del estrés de Lazarus, depende de la evaluación que la persona haga con respecto a sus recursos personales; así como también a las exigencias del entorno problemático, dicha valoración puede ser objetiva o distorsionada. De esto dependería el afrontamiento que el sujeto establezca para disminuir el estrés, de su interacción con el medio. (Biggs et al, 2017).

La teoría de Siegrist, esto nos dice que cuando se emplea un nivel de esfuerzo determinado en las responsabilidades estudiantiles, se desea que el esfuerzo invertido obtenga una retribución conveniente; es decir que, en los sujetos existe

una esperanza de correspondencia o una expectativa de retorno. Por ello, cuando se incumple esa reciprocidad y la persona se encara a los requisitos de trabajo caracterizadas por la alta demanda de inversión de esfuerzo y un bajo nivel de recompensa recibido, da como resultado que el individuo sufra de estrés y el riesgo de otras enfermedades. De modo que, el desequilibrio entre esfuerzos y recompensas genera reacciones de estrés que afectan la salud. (Siegrist et al, 2004).

La teoría del control de Karasek, menciona que la exigencia de actividades de estudio y sus especificaciones son lo que comúnmente llamamos tensión laboral y enmarcan el grado de estrés que se vive. El alto nivel de tensión laboral ocurre tras la manifestación de las personas a las altas exigencias de trabajo y el poco o mínimo control de éstos para manejarlas, todo ello genera malestar y estrés. Por otra parte, cuando las exigencias son mínimas y el control sobre éstas es alto, la tensión laboral es mínima y esto no afecta al estudiante en sus labores. (Jonge et al, 2000). Para concluir, esta teoría quiere decir que el estrés puede aumentar cuando tienen muchas tareas y exámenes, pero tienen poco control sobre su horario o la forma en que se enseña el material.

La teoría transaccional, es una teoría en psicología que se ha aplicado en el contexto de los estudios para entender cómo los estudiantes interactúan con su entorno académico y cómo esto afecta su rendimiento académico. La teoría sugiere que el rendimiento académico es el éxito de la interacción entre las características individuales del estudiante, como su nivel de motivación y sus habilidades cognitivas, y los factores del entorno académico, como el nivel de apoyo y la calidad de la enseñanza. (Priest, 2019).

Por otro lado, (Xei et al, 2010) menciona que desde el planteamiento cognitivo-transaccional se estudian los indicadores procesuales y estructurales que conforman este modelo de estrés, recalcando sobre los procesos de valoración cognitiva y de afrontamiento que concilian en las interrelaciones del individuo con el ambiente que se desenvuelve la actividad diaria.

Teoría del uso de las redes sociales, es ahora incierto cada vez más el individuo hace uso de estos dispositivos siendo la edad ahora más temprana el uso de las redes sociales y el consumo de internet se esconden estrategias adictivas

fomentando y ocasionando a generar gastos económicos o temporales afectando lo personal, laboral y familiar. (Liu et al, 2017). Así mismo el uso excesivo de redes sociales puede actuar como un factor de estrés provocando problemas de salud ya que favorece el sedentarismo como induciendo a estereotipos y tiene que ver más con el tiempo de usarlo o la intensidad. (Gamper, 2022).

Cada vez el individuo prioriza más la tecnología para la comunicación entre amigos conocidos y familia y sabiendo que la mayoría prefiere relacionarse cara a cara, pero existe en un alto porcentaje que elige mensaje de texto como su forma de comunicarse y se transforma en una obsesión a las redes sociales, llegando a exponer su vida, pensamientos, ideas a los demás a través de este medio así mismo consciente de lo que exponen sabiendo que las redes sociales son adictivas y los que abusan de estas redes experimentan una obsesión en las redes sociales llevando consigo más problemas de concentración fracaso escolar como es el caso en los adolescentes y comportamientos nada adecuados por lo tanto es llevar un control. (Liu et al, 2017).

Toda pasión no conquistada se convertirá en una víctima de sí misma cruzar la línea delgada de ser una pasión o hobbies en una verdadera obsesión, los trastornos obsesivos que se derivan de la continua exposición y al acceso a mundo y realidades bellas se convierte en irreales que están asociados aspectos emocionales y psicológicos de los individuos convirtiéndose en más tecnológicos que personales repercutiendo en personas con depresión sabiendo que es muy importante el contacto con sus seres queridos este trastorno poco explorado y relativamente reciente es cuando la persona pierde el control siendo permanente en las redes sociales trasgrediendo sus propias necesidades (Kadushin, 2004), generando un problema hacia la obsesión progresivamente haciéndose dependiente a este tipo de aplicaciones sociales y produciendo consecuencias de forma negativa tanto en el mismo individuo como en su entorno porque no sufren solas la familia amistades se ven afectados por la enfermedad la ansiedad por permanecer en las redes sociales cambia su diario vivir y dedican todo su tiempo al máximo a navegar se convierte en el eje de sus decisiones ,comportamiento giran en torno a las redes sociales viéndose dominado por su descontrolada interacción con la máquina. (Cote, 2019).

Finalmente se establece la definición de las variables de investigación al igual que sus dimensiones.

La dependencia a las redes sociales, también llamada ciberadicción o dependencia conductual de las plataformas casi igual a la ludopatía siendo el uso compulsivo de las redes sociales resultando un deterioro revelador en la función de la persona en todos sus aspectos de su vida en tiempo prolongado afectando a hombres, mujeres, niñas y niños y tal como su nombre lo refiere se obsesionan significando que el uso de las redes sociales no genera un pico de placer sino que se gana es el hecho de evitar la ausencia del mapa social y están por todas partes. (Prasad, 2014).

Obsesión a las redes sociales, es un síndrome que se caracteriza por producir ansiedad ocasionada por no conectarse a las redes sociales, desde cualquier dispositivo, tomando como referencia o punto de inicio de una adicción a las redes sociales. (Khan, 2022).

Falta de control al uso de las redes sociales, da una correspondencia a la dificultad de poder tener control a conectarse a las redes sociales o también es la indicación al tiempo que pasa en las redes sociales, referidas también a la poca capacidad para controlar la disminución de cantidad de tiempo de uso. (Ji et al, 2023)

Uso excesivo de las redes sociales, es el uso problemático de las redes sociales, los cuales toman en cuenta cambios en los estados de ánimos como resultados de preocupación por no tener a disposición el enterarse de la información de todo el mundo. (Simsek et al, 2019).

El estrés académico, es la reacción que se establece frente a numerosas tareas que se enfrentan dentro de un entorno educativo, ya sea por la presión paterna, de trabajos y presentaciones, verificando la respuesta para conseguir una meta en específico pero sacrificando parte de la tranquilidad. (Serveleon et al, 2021).

Estrés biológico, establece a la reacción física de nuestro cuerpo en donde diferentes parámetros de defensa de nuestros mecanismos de defensa para afrontar diferentes situaciones que puedan establecer algún tipo de amenaza,

teniendo en cuenta que es una respuesta natural para la auto conservación. (Yumba, 2008).

Estrés emocional, es un sentimiento que produce tensión y perjudica nuestros sentimientos o emociones, y se dice que proviene de las situaciones que hagan pensar o sentir en la frustración o furia, tomando en cuenta que estos estamentos son reacciones que del cuerpo a los desafíos. (Adom et al, 2020).

Estrés conductual, es la respuesta a los altos índices de problemas o responsabilidades que genera la preocupación, excesiva, inquietud, tensión, tomando en cuenta sus reacciones de inquietud, falta de sueño expresado en brotes de ira o dificultad para expresarse. (Prabu, 2015)

III. METODOLOGÍA

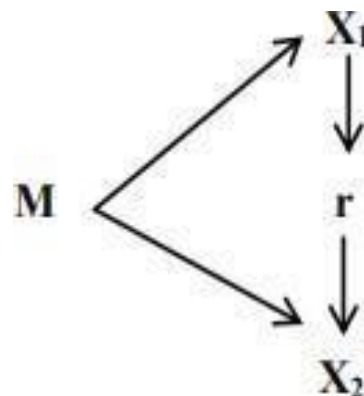
3.1. Tipo y diseño de investigación

3.1.1. Tipo de investigación: fue de tipo básica, porque no la finalidad de modificar los temas tratados, sino se basa en incrementar un cuerpo organizado de aprendizajes científicos, teniendo en cuenta que establece la descripción de la realidad para aumentar el conocimiento (CONCYTEC, 2020).

Además se establece un enfoque cuantitativo ya que se obtuvieron datos numéricos a través de instrumentos con escalas que nos ayudaron a identificar la percepción de la muestra, presentando dichas tablas para demostrar nuestros objetivos. (Otero, 2018).

3.1.2. Diseño de investigación: la investigación está establecida mediante un diseño no experimental ya que no se ha establecido manipulación alguna con referencia a las variables en base a algún tipo de estímulo (Sileyew, 2019), es correlacional ya que se considera la fundamentación estadística de relación entre las variables de investigación (Lau y Kusiemsky, 2016), considerando un corte transversal ya que la investigación se da en un tiempo determinado. (Zangirolami, J. et al, 2018).

Esquema:



Dónde:

M: Muestra de estudio.

X1: Variable: Adicción a las redes sociales

X2: Variable: Estrés

r: relación de variables.

3.2. Variables y operacionalización

Operacionalización de variables (ver anexo 01)

3.3. Población (criterios de selección), muestra, muestreo y unidad de análisis.

3.3.1. Población:

Según Bhandari (2020), es la agrupación de un determinado grupo de participantes (personas u objetos), los cuales tienen similitud entre ellos.

Por ende se toma en cuenta 160 alumnos de la entidad en estudio que corresponde los grados de 1ero a 5to de secundaria.

Criterios de selección:

- Criterios de inclusión: Se toma en cuenta a los alumnos que pertenezcan a los grados de 1er, 2do, 3ero, 4to y 5to de educación secundaria, así como que tengan la autorización de participación de sus padres.
- Criterios de exclusión: No se toma en cuenta los alumnos de primaria y a los alumnos que no tengan autorización de los padres de familia.

3.3.2. Muestra: la muestra estará representada por una parte de la población, (Friedl, 2021), ejecutando la siguiente formulada estadística:

Dónde:

Z= 1.96;

p= 0.5;

q= 0.5;

D= 0.05;

N= 160

$$n = \frac{Z^2 \cdot p \cdot q}{(N - 1) \cdot D^2 + Z^2 \cdot p \cdot q}$$
$$n = \frac{160(1.96)^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5}{(160 - 1) \cdot 0.05^2 + 1.96^2 \cdot 0.5 \cdot 0.5} = 113.16$$

Por consiguiente, la muestra será de 113 estudiantes de la entidad de estudio.

3.3.3. Muestreo: Se usa el muestreo probabilístico aleatorio simple en base al azar.

3.3.4. Unidad de análisis: estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.

3.4. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

La técnica que se utilizó será la encuesta, para Sajjad (2016), es una técnica diseñada y basada en preguntas dirigida a un grupo de individuos y utilizando un cuestionario claro y estructurado que contenía preguntas que debían responder personalmente; para ello, posibilitaría el estudio y comprensión de los hábitos, costumbres y gustos del grupo de personas. El instrumento es el cuestionario ya que se determinará la construcción de dicho lineamiento en base a la operacionalización de las variables.

3.5. Procedimientos

El primer procedimiento después de la construcción de los instrumentos es la ejecución de los cuestionarios mediante la digitalización de los mismos utilizando Google Drive, los cuales serán repartidos por el Whatsapp de los padres previa autorización y firma del consentimiento informado.

Los datos recabados serán analizados mediante las pruebas estadísticas determinadas en los métodos de análisis con el fin de responder a nuestros objetivos de investigación.

3.6. Método de análisis de datos

El primer análisis establece la descripción de una estadística descriptiva con el fin de poder generar un nivel de frecuencia y porcentaje de cada una de las variables usando el programa Excel.

El segundo análisis establecerá la descripción de estadística inferencial, con el fin de poder determinar la relación entre las variables usando pruebas estadísticas utilizando el programa SPSS v.25.

3.7. Aspectos éticos

El estudio actual consideró estándares nacionales. Asimismo, se preserva la identidad de cada estudiante, se les informa de los objetivos y valores de su investigación, y siempre formulan preguntas con respeto y autoridad y utilizan sus respuestas únicamente con fines académicos, todo ello de conformidad con las normas y el código de la UCV. Por otro lado, luego de obtener la información y realizar los análisis correspondientes, hemos obtenido diversos resultados y nos comprometimos a presentar los resultados como algo valioso para la modernización de la administración estatal del tema y la mejora de la calidad de los servicios.

IV. RESULTADOS

Los resultados dieron evidencia de una distribución no normal ya que la significancia es menor al 5%, por ende, para demostrar los objetivos se utilizará la prueba estadística especificada a continuación (Ver anexo 04).

Prueba de hipótesis

Tabla 1

Relación entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico

Variables	Estrés académico	
Adicción a las redes sociales	Coeficiente de relación de Rho de Spearman	0.660**
	Significancia	0.000
	Tamaño de muestra	113

Nota. Ejecución de instrumentos

Interpretación:

Se puede verificar que de acuerdo a la prueba estadística utilizada se halló un coeficiente de relación= 0.660**, que corresponde a una relación alta, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico existe una relación alta y significativa, aprobando nuestra hipótesis de investigación.

Pruebas de hipótesis específicas

Tabla 2

Relación entre la adicción a las redes sociales y los estresores

Variables	Estrés académico	
	Dimensión “Estresores”	
Adicción a las redes sociales	Coeficiente de relación de Rho de Spearman	0.574**
	Significancia	0.000
	Tamaño de muestra	113

Nota. Ejecución de instrumentos

Interpretación:

Se puede verificar que de acuerdo a la prueba estadística utilizada se halló un coeficiente de relación= 0.574**, que corresponde a una relación moderada, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende, se establece que entre la adicción a las redes sociales y los estresores existe una relación moderada y significativa, aprobando nuestra hipótesis específica 1.

Tabla 3

Relación entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés

Variables	Estrés académico	
	Dimensión “Síntomas de estrés”	
Adicción a las redes sociales	Coefficiente de relación de Rho de Spearman	0.671**
	Significancia	0.000
	Tamaño de muestra	113

Nota. Ejecución de instrumentos

Interpretación:

Se puede verificar que, de acuerdo a la prueba estadística utilizada, se halló un coeficiente de relación= 0.671**, que corresponde a una relación alta, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés existe una relación alta y significativa, aprobando nuestra hipótesis específica 2.

Tabla 4

Relación entre la adicción a las redes sociales y falta de afrontamiento del estrés

Variables	Estrés académico	
	Dimensión “Falta de afrontamiento del estrés”	
Adicción a las redes sociales	Coeficiente de relación de Rho de Spearman	0.563**
	Significancia	0.000
	Tamaño de muestra	113

Nota. Ejecución de instrumentos

Interpretación:

Se puede verificar que de acuerdo a la prueba estadística utilizada se halló un coeficiente de relación= 0.563**, que corresponde a una relación moderada, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y la falta de afrontamiento del estrés existe una relación moderada y significativa, aprobando nuestra hipótesis específica 3.

V. DISCUSIÓN

Después de haber ejecutado los cuestionarios y de presentar los resultados en tablas estadística se procede a discutir los datos obtenidos con el fin de poder relación nuestros resultados con otras investigaciones.

Se halló un coeficiente de relación= 0.660**, que corresponde a una relación alta, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a la redes sociales y el estrés académico existe una relación alta y significativa, verificando a que mayor uso excesivo en la redes sociales los niveles de estrés en los estudiantes ira incrementando, estos resultados son coherentes con la investigación de Gutiérrez y Vega (2022), establece una explicación de cómo la adicción a las redes sociales generan una relación en los estresores y conductas agresivas de los estudiantes los resultados dieron evidencia de un índice de relación de 0.464, concluyendo y demostrando la existencia de una relación significativa entre los parámetros que generan adicción a las redes sociales desde los estamentos de obsesión en base al uso, la falta de control y el uso excesivo generan mayores estresores que darán como resultado agresividad o depresión en los estudiantes, coincidiendo también con Izurieta et al (2022), quien estableció un los parámetros de trastorno de ansiedad y el estrés de los estudiantes, dan evidencia de índices de relación de extremo uso de plataformas y al incorrecto direccionamiento de distribución del tiempo en las redes sociales, generando estrés en el cumplimiento de responsabilidades académicas, dando evidencia y coincidencia con la teoría de Pérez y Quiroga (2019), quien sostiene que el uso excesivo de las redes sociales puede llevar a la comparación social. Las personas tienden a compararse con los demás en las redes sociales, lo que puede llevar a sentimientos de insuficiencia, envidia y baja autoestima.

Con el avance de la tecnología de la información surgió las redes sociales accediendo a una amplia gama de dispositivos actualizándose constantemente que va en aumento el número de usuarios ofreciendo variedad de información tutoriales, videos, entretenimiento familiares, sociales y utilidades así también debemos tener conciencia del uso, utilidades en la educación, los peligros sus debilidades en el área pedagógica es muy

común observar en las aulas pasillos también en lugares de descanso estudiantes haciendo uso del celular o tabletas y siempre conectados a una red social de internet buscando información académicos, entretenimiento permaneciendo siempre en contacto con varias personas afines al mismo interés en común en diversos lugar del mundo dejando de lado a sus familiares o compañeros que están a su entorno ocasionando un problema de comunicación cara a cara entre los individuos y es más importante para ellos las publicaciones en la red social llevando a pensar si realizan un uso conveniente representando una distracción en clases o a conversar con la otra persona que está junto a él o ella

Para demostrar el objetivo específico 1, se halló un coeficiente de relación= 0.574**, que corresponde a una relación moderada, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y los estresores existe una relación moderada y significativa, aprobando nuestra hipótesis específica 1, por lo que podemos decir que la adicción a las redes influyen y tienen un incidencia con la aparición de estresores en los estudiantes de la entidad en estudio, estos resultados son coherentes con la investigación de Gutiérrez y Vega (2022), establece una explicación de cómo la adicción a las redes sociales generan una relación en los estresores y conductas agresivas de los estudiantes, los resultados dieron evidencia de un índice de relación de 0.464, concluyendo y demostrando la existencia de una relación significativa entre los parámetros que generan adicción a las redes sociales desde los estamentos de obsesión en base al uso, la falta de control y el uso excesivo generan mayores estresores que darán como resultado agresividad o depresión en los estudiantes, coincidiendo con Ganster y Perrewé (2011), quien menciona que Se menciona que la exigencia de actividades de estudio y sus especificaciones son lo que comúnmente llamamos tensión y enmarcan el grado de estrés que se vive. El alto nivel de tensión ocurre tras la manifestación de las personas a las altas exigencias de trabajo y el poco o mínimo control de éstos para manejarlas, todo ello genera malestar y estrés. Por otra parte, cuando las exigencias son mínimas y el control sobre éstas es alto, la tensión laboral es mínima y esto no afecta al estudiante en sus

labores, es por ello que dichos parámetros estresores añadidos a la adicción de los medios sociales establecen que se debe orientar a verificar que se debe seguir realizando programas de afrontamiento para dichos parámetros adictivos, por lo que podemos discutir que, según las diferentes investigaciones sobre el uso excesivo de redes sociales traen como consecuencias y secuelas irreversibles para los estudiantes principalmente mal uso que hacen trayendo como consecuencia el bajo rendimiento, problemas de salud, baja autoestima. Falta de higiene, ansiedad y estrés entre otras consecuencias afectando en su diario vivir sufriendo de insomnio llegando a la obsesión y el mal uso de las redes sociales es un problema de salud pública que afecta al estudiante sufriendo algún problema grave de estrés considerándolo uno de los problemas mayores de las alteraciones psicológicas y somáticas en los estudiantes .Las grandes ciudades son conscientes del problema de salud mental siendo común entre la población estudiantil las llamadas dependencias psicológicas o adicciones sin sustancias teniendo las mismas características que con sustancias del síndrome de abstinencia observada en los estudiantes que realizan ese comportamiento llegando a tener problemas de rendimiento académico dejando otras actividades y sus responsabilidades de su vida personal desencadenando estados de estrés existiendo alteraciones en el balance homeostático del organismo

Para demostrar el objetivo específico 2, se halló un coeficiente de relación= 0.671**, que corresponde a una relación alta, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés existe una relación alta y significativa, por lo que se puede establecer que la adicción de las redes sociales se relacionan con la aparición de síntomas de estrés, Acuña y Reyes (2019), explican como propósito sustentar la relación entre la adicción a las redes sociales y los parámetros de ira en los estudiantes, los datos dieron un 34.1% de relación, por lo que se concluye que entre los estamentos planteados existe un relación significativa, por ende tenemos que tener en cuenta que los diferentes parámetros de adicción causaran síntomas de estrés, coincidiendo con Izurieta et al (2022), en su artículo científico

estableció un el parámetro de trastorno de ansiedad y el estrés de los estudiantes, los datos dieron evidencia que existe un índice de relación del 68%, por ende, se puede concluir que existen parámetros es por ello que debemos que tener en cuenta que los índices de relación se deben al extremo uso de plataformas y al incorrecto direccionamiento de distribución del tiempo, generando diferentes síntomas de estrés en el cumplimiento de responsabilidades académicas.

Para demostrar el objetivo específico 3, se halló un coeficiente de relación= 0.563**, que corresponde a una relación moderada, la significancia al ser 0.000, se puede decir que es significativa, por ende se establece que entre la adicción a las redes sociales y la falta de afrontamiento del estrés existe una relación moderada y significativa, por ende se puede decir que la adicción a las redes sociales se relaciona con la falta de afrontamiento de los lineamientos de estrés, es por ello que los resultados respaldan a Sánchez (2019), en su investigación fundamento una explicación sobre la adicción a las diferentes redes sociales verificando como es el nivel de afrontamiento en cuanto a sus habilidades sociales, verificando que teniendo un adecuado manejo de emociones en base a tus habilidades pueden orientar a no tener adicción a redes sociales, estableciendo la demostración de la teoría explicada por Encinas (2019), quien verifica que el estrés depende de la evaluación que la persona haga con respecto a sus recursos personales; así como también a las exigencias del entorno problemático, dicha valoración puede ser objetiva o distorsionada. De esto dependería el afrontamiento que el sujeto establezca para disminuir el estrés, de su interacción con el medio.

Por lo que podemos decir que la aparición de las redes sociales se ha desarrollado un trastorno adictivo compartiendo las mismas características con otras adicciones vale decir con comportamientos y conductas que se apoderan de las personas especialmente de los adolescentes produciendo consecuencias. Las redes sociales son pequeñas comunidades compuestas por individuos que están interconectados de acuerdo intereses y relaciones personales surgiendo un avance tecnológico y adquiriendo un éxito innegable en nuestra sociedad dando origen a una especie de epidemia adictiva acarreado problemas frecuentemente en mujeres e individuos que se están

en edades adolescentes caracterizadas por la impulsividad afectando su salud mental y física.

En estos tiempos la era digital es importante para nuestras vidas la forma de cómo nos relacionamos con los demás sin importar la distancia se conoce lo que pasa en cualquier rincón del mundo, pero el uso excesivo afecta la salud mental siendo los adolescentes lo más vulnerables a volverse adictos afectando a muchos aspectos de su vida cotidiana como las relaciones familiares, el rendimiento escolar y el interés por otras actividades sufriendo del síndrome de abstinencia cuando no tiene acceso a las redes sociales causando problemas atención ,aburrimiento irritabilidad y problemas de concentración esto se debe a las diferentes causas por lo que pasa un adolescente de insatisfacción con su realidad resolviéndolo por medio de las redes sociales o internet. En la actualidad hay controversia de cómo vamos a clasificar este tipo de adicción que puede ser clasificada por sí misma y también como trastorno de la personalidad no se puede refutar que el excesivo uso de las redes sociales es un grave problema sin embargo los adolescentes con las características insatisfacción con la propia vida, baja autoestima, adolescente aislado socialmente, con pocos amigos , vulnerabilidad por rupturas amorosas o decepciones recientes van a tener la posibilidad de caer en este tipo de adicción

VI. CONCLUSIONES

- Primera. Se establece que entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico existe una relación alta y significativa, por lo que se establece que los parámetros de adicción a las redes sociales generan altos índices de estrés académico
- Segunda. Se establece que entre la adicción a las redes sociales y los estresores existe una relación moderada y significativa, verificando que la adicción a las redes sociales se relaciona como un estamento que genera o establece los estresores que inquietan a los alumnos.
- Tercera. Se establece que entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés existe una relación alta y significativa, verificando que la adicción a las redes sociales produce altos índices de síntomas de estrés.
- Cuarta. Se establece que entre la adicción a las redes sociales y la faltade afrontamiento del estrés existe una relación moderada y significativa, generando que el uso excesivo de las redes sociales no ayuda a poder afrontar dichos estamentos de estrés académico.

VII. RECOMENDACIONES

Primera. Al director de la entidad en estudió establecer la creación de programas que puedan prevenir la adicción a las redes sociales, tomando en cuenta las sugerencias psicológicas y consejerías a los padres con el fin de poder verificar los índices de estrés de los alumnos.

Segunda. A los docentes, capacitarse sobre los estamentos de salud mental, y de los parámetros de redes sociales que puedan ser tomados como estresores para que puedan direccionar a los alumnos a tomar distancia y explicar a los padres de familia los diferentes parámetros que deben tomar en cuenta.

Tercera. A los padres de familia, estar atentos a cualquier síntoma de estrés, con el fin de poder direccionar adecuadamente el uso de las tecnologías y a las redes sociales, para poder evitar cual adicción a las redes sociales.

Cuarta. A los padres de familia, verificar que la dirección y los docentes apoyen de manera grupal, las maneras de afrontar los altos índices de estrés y la adicción a los medios sociales, con la finalidad de que los docentes no solo se preocupen por el índice de rendimiento escolar sino por la calidad en los parámetros de salud mental.

REFERENCIAS

- Acuña, E. y Reyes, M. (2019). *Adicción a las redes sociales y la ira estado-rasgo en adolescentes de Instituciones Educativas Parroquiales del Distrito de Florencia de Mora*.
[https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37348/acu%
%c3%b1a_se.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/37348/acu%c3%b1a_se.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Adom, D., Chuwuere, J. y Osei, M. (2020). *Review: Academic Stress among Faculty and Students in Higher Institutions*.
[https://www.researchgate.net/publication/342410787_Review_Academi
c_Stress_among_Faculty_and_Students_in_Higher_Institutions](https://www.researchgate.net/publication/342410787_Review_Academi
c_Stress_among_Faculty_and_Students_in_Higher_Institutions)
- Álvarez, L., Gallegos, R. y Herrera, P. (2018). *Estrés académico en estudiantes de tecnología superior*. ISSN 1390-3837.
[http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-
86342018000100193](http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1390-
86342018000100193)
- Anderson, S. y Palma, A. (2005). *A theory of information overload*.
[https://www.researchgate.net/publication/228737842_A_theory_of_infor
mation_overload](https://www.researchgate.net/publication/228737842_A_theory_of_infor
mation_overload)
- Bhandari, P. (2020). *Population vs. sample, definitions, differences & examples*.
[https://www.scribbr.com/methodology/population-vs-
sample/#:~:text=A%20population%20is%20the%20entire,t%20always%
20refer%20to%20people.](https://www.scribbr.com/methodology/population-vs-
sample/#:~:text=A%20population%20is%20the%20entire,t%20always%
20refer%20to%20people.)
- Biggs, A., Brough, P. y Drummond, S. (2017). *Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory*.
[https://www.researchgate.net/publication/313824796_Lazarus_and_Fol
kman's_Psychological_Stress_and_Coping_Theory](https://www.researchgate.net/publication/313824796_Lazarus_and_Fol
kman's_Psychological_Stress_and_Coping_Theory)
- Cabero, J., Martínez, S., Valencia, R., Leiva, J., Orellana, M. y Harvey, I. (2020). *La adicción de los estudiantes a las redes sociales on-line: un estudio en el contexto latinoamericano*.
<https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/61722>

- Carrasco, T. y Pinto, M. (2021). *Adicción a redes sociales en adolescentes de 3ro y 4to de secundaria de Lima y Arequipa*.
<https://repositorio.unife.edu.pe/repositorio/handle/20.500.11955/788>
- CONCYTEC (2020). *Reglamento de calificación, clasificación y registro de investigadores del sistema nacional de ciencia, tecnología e innovación tecnológica - reglamento RENACYT*.
https://portal.concytec.gob.pe/images/renacyt/reglamento_renacyt_version_final.pdf
- Cote, R. (2019). *The Evolution of Social Network Theory: Perceived Impact on Developing Networking Relationships*.
http://www.digitalcommons.www.na-businesspress.com/AJM/AJM19-3/2_CoteR_19_3.pdf
- Crusius, J., Corcoran, K. y Mussweiler, T. (2022). *Social Comparison: A Review of Theory, Research, and Applications*.
https://www.researchgate.net/publication/353803747_Social_Comparison_on_A_Review_of_Theory_Research_and_Applications
- Friedl, E. (2021). *Sampling techniques in scientific investigations*.
<https://study.com/academy/lesson/sampling-techniques-in-scientific-investigations.html>
- Gallardo, Y., Alcas, N., Acevedo, J. y Ocaña, Y. (2020). *Time Management and Academic Stress in Lima University Students*.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1281218.pdf>
- Gamper, M. (2022). *Social Network Theories: An Overview*.
https://www.researchgate.net/publication/361455366_Social_Network_Theories_An_Overview
- Gutiérrez, M. y Vega, J. (2022). *Adicción a las redes sociales y conductas agresivas en adolescentes de una institución educativa de Lima Metropolitana, 2021*.
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/83909/Gutierrez_SMM_Vega_VJK-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Izurieta, D. (2022). *Trastorno de ansiedad generalizada y estrés académico en estudiantes universitarios ecuatorianos durante la pandemia COVID-19*.
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972022000200086
- Jasso, J., López, F. y Díaz, R. (2017). *Conducta adictiva a las redes sociales y su relación con el uso problemático del móvil*.
<https://www.redalyc.org/journal/3589/358954155010/html/>
- Ji, Y., Liu, S., Xu, H. y Zhang, B. (2023). *The Causes, Effects, and Interventions of Social Media Addiction*.
https://www.researchgate.net/publication/368378729_The_Causes_Effects_and_Interventions_of_Social_Media_Addiction
- Jonge, J., Dollard, M., Dormann, C. y Le Blanc, P. (2000). *The Demand-Control Model: Specific Demands, Specific Control, and Well-Defined Groups*.
https://www.researchgate.net/publication/46603833_The_Demand-Control_Model_Specific_Demands_Specific_Control_and_Well-Defined_Groups
- Kadushin, C. (2004). *Introduction to Social Network Theory*.
https://www.cin.ufpe.br/~rbcp/taia/Kadushin_Concepts.pdf
- Khan, H. (2022). *Social Media Obsession Leading Teenage to Criminal World*.
https://www.researchgate.net/publication/364838651_Social_Media_Obsession_Leading_Teenage_to_Criminal_World
- Krohne, H. (2002). *Stress and Coping Theories*. <https://poliklinika-harni.hr/images/uploads/440/teorije-nastanka-stresa.pdf>
- Lau, F. y Kuziemsky, C. (2016). *Handbook of ehealth evaluation: an evidence-based approach, methods for correlational studies*.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK481614/>
- Liu, W., Sidhu, A., Beacom, A. y Valente, T. (2017). *Social Network Theory*.
<http://www.liuwenlin.org/uploads/2/2/9/6/2296623/wbieme0092.pdf>
- Mahdi, M., Ahmad, A., Ismail, R. y Subhi, M. (2020). *Information Overload: The Effects of Large Amounts of Information*.

https://www.researchgate.net/publication/346902900_Information_Overload_The_Effects_of_Large_Amounts_of_Information

Miller, M. (2015). *Social Comparison Theory. The Blackwell Encyclopedia of Sociology.*

https://www.researchgate.net/publication/291356652_Social_Comparison_Theory

Mohammad, A., Marz, E. y Hakimi, M. (2015). *Stress: Facts and Theories through Literature Review. International Journal of Medical Reviews.*

https://www.ijmedrev.com/article_68654_37adc02e9432adfa017b8d6095cb6760.pdf

Nuñez, V. (2021). *Adicción a las redes sociales y agresividad en los escolares de la Institución Educativa Secundaria Comercial 45 Puno, 2020.*

https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/59653/Nu%c3%b1ez_VVJ-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Oседа, D., Ruiz, J., Hurtado, D. y Ananos, M. (2020). *Clima social familiar y rendimiento académico en estudiantes de una universidad pública de Lima.*

http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1990-86442020000600026&script=sci_abstract&tlng=es

Otero, A. (2018). *Enfoque investigación – Métodos para el diseño del proyecto de investigación. Universidad Atlántico.*

https://www.researchgate.net/publication/326905435_ENFOQUE_INVESTIGACION

Pellegrino, A., Stasi, A. y Bhatiasevi, V. (2022). *Research trends in social media addiction and problematic social media use: A bibliometric analysis.*

<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsy.2022.1017506/full>

Pineida, C. (2020). *Nivel de estrés académico de los estudiantes de Psicología Educativa y Orientación de la Universidad Central del Ecuador, en el período de estudio julio-noviembre 2019.*

<http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/20646/1/T-UCE-0010-FIL-754.PDF>

- Prabu, S. (2015). *A Study on Academic Stress among Higher Secondary Students*. [https://www.ijhssi.org/papers/v4\(10\)/Version-2/I04102063068.pdf](https://www.ijhssi.org/papers/v4(10)/Version-2/I04102063068.pdf)
- Prado, M. (2021). *Clima social familiar y rendimiento del aprendizaje virtual de estudiantes del 5to y 6to año del nivel primario de la Institución Educativa Federico Villarreal – Tacna, 2020*. <http://repositorio.unjbg.edu.pe/handle/UNJBG/4328>
- Prasad, A. (2014). *Social Media Addiction*. https://www.researchgate.net/publication/259759181_Social_Media_Addiction
- Priest, R. (2019). *Theory and Motivated Action Theory*. https://www.researchgate.net/publication/337647447_Theory_integration_of_TransactionalTransformational_Leadership_Theory_and_Motivated_Action_Theory
- Quito, J., Tamayo, M., Buñay, D. y Neira, O. (2017). *Estrés académico en estudiantes de tercero de bachillerato de unidades educativas particulares del Ecuador*. <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2017/epi173o.pdf>
- Ramos, J. (2021). *Relación entre el clima social familiar y autoestima en estudiantes del tercer, cuarto y quinto grado de secundaria de la Institución Educativa Santa María Reyna – Huancayo*. https://repositorio.continental.edu.pe/bitstream/20.500.12394/8726/4/IV_FHU_501_TE_Ramos_Moran_2021.pdf
- Sajjad, S. (2016). *Methods of data collection. Basic Guidelines for Research: An Introductory Approach for All Disciplines (pp.201-275)*. https://www.researchgate.net/publication/325846997_METHODS_OF_DATA_COLLECTION
- Sánchez, K. (2019). *Adicción a las Redes Sociales y Habilidades Sociales en estudiantes de una Institución Educativa – 2019*. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/71388/S%20c3%a1nchez_GKM-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Serveleon, F., Rodriguez, D., Farfán, J. y Huayta, Y. (2021). *Academic Stress in University Students: Systematic Review*.
https://www.researchgate.net/publication/350276957_Academic_Stress_in_University_Students_Systematic_Review
- Siegrist, J., Starke, D., Chandola, T. y Godin, I. (2004). *The Measurement of Effort-Reward Imbalance at Work*.
https://www.researchgate.net/publication/8888491_The_Measurement_of_Effort-Reward_Imbalance_at_Work
- Sileyew, K. (2019). *Research design and methodology*. In E. Abu-Taieh, A. E. Mouatasim, & I. H. A. Hadid (Eds.), *Cyberspace*. IntechOpen.
<https://www.intechopen.com/chapters/68505>
- Simsek, A., Elciyar, K. y Kizilhan, T. (2019). *A Comparative Study on Social Media Addiction of High School and University Students*.
<https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1213656.pdf>
- Valencia, R., Cabero, J. y Garay, U. (2021). *Adicción a las redes sociales en estudiantes mexicanos percepciones de discentes y docentes*.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7933304>
- Yumba, W. (2008). *Academic Stress: A case of the undergraduate students*.
<https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:556335/FULLTEXT01.pdf>
- Zangirolami, J., Oliveira, J. y Leone, C. (2018). *Research methodology topics: Cross-sectional studies*. ISSN 0104-1282.
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-12822018000300017

ANEXOS

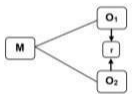
Anexo 01: Operacionalización de variables

Variable de Estudió	Definición conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Variable 1: Adicción a las redes sociales	También llamada ciberadicción o dependencia conductual de las plataformas casi igual a la ludopatía siendo el uso compulsivo de las redes sociales resultando un deterioro significativo en la función de la persona en todos sus aspectos de su vida en tiempo prolongado afectando a hombres, mujeres, niñas y niños y tal como su nombre lo refiere se obsesionan significando que el uso de las redes	Es la ejecución de un instrumento con una escala numérica con el fin de poder establecer la valoración de dicha variable mediante preguntas relacionadas con los indicadores de las dimensiones Obsesión, falta de control y uso excesivo.	Obsesión	Tiempo en redes sociales Desconexión Malhumor Ansiedad Control de desconexión Desarrollo de actividades Descuido Tiempo	Ordinal
			Falta de control	Conexión Tiempo Control Descuido Intensidad y frecuencia	
			Uso excesivo	Conexión Uso Tiempo Atención Conexión a escondidas	

	<p>sociales no genera un pico de placer sino que se gana es el hecho de evitar la ausencia del mapa social y están por todas partes.</p>				
--	--	--	--	--	--

Variable de Estudio	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores	Escala de Medición
Variable 2: Estrés académico	El estrés académico, es la reacción que se establece frente a numerosas tareas que se enfrentan dentro de un entorno educativo, ya sea por la presión paterna, de trabajos y presentaciones, verificando la respuesta para conseguir una meta en específico pero	Es la ejecución de un instrumento con una escala numérica con el fin de poder establecer la valoración de dicha variable mediante preguntas relacionadas con los indicadores de las dimensiones biológica, emocional y conductual.	Biológico	Trastornos Fatiga Dolor Problemas Somnolencia Agotamiento Cansancio	Ordinal
			Emocional	Manías Inquietud Ansiedad Problemas Sentimientos Intolerancia Irritabilidad	

	sacrificando parte de la tranquilidad.		Conductual	Conducta Aislamiento Desinterés Apetito Angustia Falta de habilidades	
--	--	--	------------	--	--

PLAN DE INVESTIGACION			METODOLOGÍA				
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	OBJETIVOS	HIPOTESIS	VARIABLES	DIMENSIONES	TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS	TIPO DE ESTUDIO	VALIDACIÓN Y CONFIABILIDAD
¿Cuál es la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023?	<p>Objetivo general: Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.</p> <p>Objetivos específicos: Oe1. Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y los estresores en los estudiantes de una institución</p>	<p>Hipótesis de investigación: Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.</p> <p>Hipótesis específicas: He1. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y los estresores en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. He2. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de</p>	<p>Adicción a las redes sociales</p> <p>Estrés académico</p>	<p>Obsesión</p> <p>Falta de control</p> <p>Uso excesivo</p> <p>Biológico</p> <p>Emocional</p> <p>Conductual</p>	<p>La técnica: La encuesta</p> <p>Instrumento: Cuestionario de adicción a las redes sociales Cuestionario de estrés académico.</p>	<p>Tipo de investigación Básica Diseño No experimental correlacional de corte transversal</p> <p>Esquema:</p> 	<p>Validez: De contenido Se llevará a cabo mediante la valoración de los ítems por parte de un grupo de tres expertos conocedores del tema.</p> <p>Confiabilidad: Referido al nivel en que su reiterada aplicación a un sujeto y/ objeto similar va a generar los mismos resultados. Puede oscilar entre 0 y 1,</p>

	<p>educativa de Santiago de Chuco, 2023. Oe2. Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y los síntomas de estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. Oe3. Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y falta de afrontamiento del estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.</p>	<p>estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. He3. Existe relación significativa entre la adicción a las redes sociales y falta de contrarresto del estrés en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.</p>					<p>siendo que un coeficiente de 0 (cero) equivale a una confiabilidad nula y 1 (uno) equivale a una confiabilidad máxima. Para ello se manejó la prueba estadística de fiabilidad Coeficiente Alfa de Cronbach y, posteriormente, se procesaron los datos en el SPSS v25.</p>
--	---	--	--	--	--	--	---

Anexo 03: Cuestionario Adicción a las redes sociales

El proceso consiste en resolver el cuestionario adjunto con una duración aproximada de 10 minutos. Los datos recabados serán tratados confidencialmente y usados únicamente con fines de este estudio. Desde ya agradezco su colaboración. Acepto La encuesta tomará aproximadamente 5 minutos en completarse. En esta encuesta en la que Ud. participa voluntariamente le agradecemos encarecidamente responder con sinceridad. A continuación, se presentan 24 ítems referidos a la adicción de las redes sociales, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace: 1 = SIEMPRE 2 = CASI SIEMPRE 3 = ALGUNAS VECES 4 = RARA VEZ 5 = NUNCA

ITEMS	1	2	3	4	5
1. Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.					
2. Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.					
3. El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.					
4. Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.					
5. No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.					
6. Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.					
7. Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.					
8. Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.					
9. Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.					
10. Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.					
11. Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.					
12. Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.					
13. Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.					

14. Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.					
15. Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.					
16. Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.					
17. Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.					
18. Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.					
19. Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.					
20. Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.					
21. Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.					
22. Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.					
23. Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).					
24. Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.					

Anexo 04: Cuestionario estrés académico

El proceso consiste en resolver el cuestionario adjunto con una duración aproximada de 10 minutos. Los datos recabados serán tratados confidencialmente y usados únicamente con fines de este estudio. Desde ya agradezco su colaboración. Acepto La encuesta tomará aproximadamente 5 minutos en completarse. En esta encuesta en la que Ud. participa voluntariamente le agradecemos encarecidamente responder con sinceridad. A continuación, se presentan 24 ítems referidos al estrés académico, no existe respuestas adecuadas, buenas, inadecuadas o malas. Marque en el espacio que corresponda a lo que Ud. siente, piensa o hace: 1 = SIEMPRE 2 = CASI SIEMPRE 3 = ALGUNAS VECES 4 = RARA VEZ 5 = NUNCA

ITEMS	1	2	3	4	5
1. Tienes dificultades para lograr el sueño en las noches.					
2. Te fatigas estar en las clases de tus cursos.					
3. Terminas con dolor de cabeza al finalizar las clases.					
4. Hay días en que se te afloja el estómago cuando estudias.					
5. Te duele la cabeza porque no duermes, por culpa de tus estudios.					
6. Te sudan las manos, si de preguntar al profesor se trata.					
7. Sientes sueño en plena clase por agotamiento.					
8. Sientes cansancio en los ojos por leer sus temas en grupo					
9. Cuando estas en clases se muerde las uñas y frota sus manos para entender la clase					
10. Te sientes emocionalmente tenso e inquieto en el aula.					
11. Existen días en que no le encuentras sentido a la vida.					
12. Sientes desesperación cuando las clases duran mucho tiempo.					
13. Sueles desconcentrarte en clases por temas o contenidos complejos en los cursos.					
14. Sientes frustración y ganas de agredir cuando no entiendes los temas tratados de los cursos.					
15. Sientes aburrimiento el estar en el aula con tanta gente, no los toleras.					
16. Cuando alguien es muy esmerado y cuidadoso en sus exposiciones, tienes sentimientos de cólera.					
17. En tus estudios de grupo, terminas en discusiones y conflictos.					
18. Prefieres estudiar solo, que en compañía.					
19. Sientes fastidio cuando te levantas por la mañana, y tienes que ir a estudiar o hacer la tarea					
20. Dentro de la clase tienes la necesidad de masticar o comer algo.					
21. Prefieres hacer el gasto económico y que otros hagan el trabajo.					
22. Te angustia sustentar un trabajo porque todos te miran.					
23. Te incomodas dentro del aula cuando programan trabajos en grupo					
24. Te es fácil iniciar una conversación y formular preguntas en reuniones de grupo					

Anexo 05: Consentimiento informado

MODELO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO (*)

Título de la investigación: “Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023.”.

Investigador: Br. Caspito Miñano, Domingo Walter

Propósito del estudio

Le invitamos a participar en la investigación titulada “Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023”, cuyo objetivo es: Determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023. Esta investigación es desarrollada por estudiantes de posgrado del programa académico de Maestría en Psicología Educativa, de la Universidad César Vallejo del campus Trujillo, aprobado por la autoridad correspondiente de la Universidad y de entidad de estudio.

Describir el impacto del problema de la investigación.

Tiene un impacto desde un entorno teórico, ya que se establecerá una explicación de antecedentes y teorías, para incrementar el conocimiento científico, para que se pueda generar una explicación de la información y de los parámetros de funcionamientos de las variables mencionadas en la presente tesis, en base a las implicaciones prácticas se fundamenta en que los resultados y planteamientos nos servirán para tener una consideración cuantitativa y tener el sustento de creación de nuevas directivas, se justifica metodológicamente ya que se establecerá la creación y/o modificación de instrumentos de recolección de datos que ayudaran a obtener datos fundamentales para mejorar el conocimiento de las variables de investigación, finalmente es relevante socialmente ya que la creación de nuevas directivas ayudaran a mejorar los procesos de la entidad que se verá reflejada en la eficiencia y cumplimiento de los distintos factores que degradan el nivel de productividad.

Procedimiento

Si usted decide participar en la investigación se realizará lo siguiente (enumerar los procedimientos del estudio):

- a. Se realizará una encuesta o entrevista donde se recogerán datos personales y algunas preguntas sobre la investigación titulada: “Adicción a las redes sociales y el estrés académico en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2023”
- b. Esta encuesta o entrevista tendrá un tiempo aproximado de 10 minutos y se realizará de forma presencial. Las respuestas al cuestionario serán

codificadas usando un número de identificación y, por lo tanto, serán anónimas.

Participación voluntaria (principio de autonomía):

Puede hacer todas las preguntas para aclarar sus dudas antes de decidir si desea participar o no, y su decisión será respetada. Posterior a la aceptación no desea continuar puede hacerlo sin ningún problema.

Riesgo (principio de No maleficencia): Indicar al participante la existencia que NO existe riesgo o daño al participar en la investigación. Sin embargo, en el caso que existan preguntas que le puedan generar incomodidad. Usted tiene la libertad de responderlas o no.

Beneficios (principio de beneficencia):

Se le informará que los resultados de la investigación se le alcanzará a la institución al término de la investigación. No recibirá ningún beneficio económico ni de ninguna otra índole. El estudio no va a aportar a la salud individual de la persona, sin embargo, los resultados del estudio podrán convertirse en beneficio de la salud pública.

Confidencialidad (principio de justicia):

Los datos recolectados deben ser anónimos y no tener ninguna forma de identificar al participante. Garantizamos que la información que usted nos brinde es totalmente Confidencial y no será usada para ningún otro propósito fuera de la investigación. Los datos permanecerán bajo custodia del investigador principal y pasado un tiempo determinado serán eliminados convenientemente.

Problemas o preguntas:

Si tiene preguntas sobre la investigación puede contactar con el Investigador Caspito Miñano, Domingo Walter, email: Walcami_20@hotmail.com y Docente asesor Mg. Merino Hidalgo, Darwin Richard, email: -----

Consentimiento

Después de haber leído los propósitos de la investigación autorizo participar en la investigación antes mencionada.

Nombre y apellidos: _____

Fecha y hora: _____

Anexo 06: Validez de contenido

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Adicción a las redes sociales" La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área de EDUCACIÓN como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Noemi Katherine Segura Barreto		
Grado profesional:	Maestría (x)	Doctor ()	
Área de Formación académica:	Educación Inicial ()	Educación Primaria (x)	
	Educación Secundaria ()	Psicólogo ()	
Áreas de experiencia profesional:	Educación		
Institución donde labora:	I.E. N° 82105 Escuela Concertada Solaris, Alto Trujillo		
Tiempo de experiencia profesional en el área:	2 a 4 años ()	Más de 5 años (x)	
Experiencia en Investigación Psicométrica :	El estado emocional y rendimiento académico en los alumnos en la Institución Educativa N° 82105 Escuela Concertada Solaris, Alto Trujillo, 2020.		

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:

- Validar lingüísticamente el instrumento, por juicio de expertos.
- Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a la dimensión del área según la autora.



DIMENSIONES DEL INSTRUMENTO: ADICCIÓN A LA REDES SOCIALES

- Primera dimensión : Obsesión
- Objetivos de la Dimensión: Nivel de obsesión a la redes sociales

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	4	4	4	
Desconexión	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	4	4	4	
Malhumor	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
Ansiedad	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
Control de desconexión	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
Desarrollo de actividades	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	4	4	4	
Descuido	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Tiempo	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	4	4	
	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	4	4	4	

Handwritten signature

- Segunda dimensión : Falta de control
- Objetivos de la Dimensión: Medir la falta de control en el uso de las redes sociales

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conexión	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
Tiempo	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	4	4	
Control	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	
Descuido	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	

Arreola

- Tercera dimensión : Uso excesivo
- Objetivos de la Dimensión: Nivel de uso excesivo en las redes sociales

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conexión	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Uso	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
Tiempo	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	4	4	4	
	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Atención	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	
Conexión a escondidas	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	

Arreola

Evaluación por juicio de expertos

Respetado juez: Usted ha sido seleccionado para evaluar el instrumento "Adicción a las redes sociales". La evaluación del instrumento es de gran relevancia para lograr que sea válido y que los resultados obtenidos a partir de éste sean utilizados eficientemente; aportando tanto al área de EDUCACIÓN como a sus aplicaciones. Agradecemos su valiosa colaboración.

1. DATOS GENERALES DEL JUEZ

Nombre del juez:	Katia Liszet Arribasplata Izquierdo	
Grado profesional:	Maestría (X)	
Área de Formación académica:	Doctor ()	
Áreas de experiencia profesional:	Educación Inicial ()	Educación Primaria ()
	Educación Secundaria ()	Psicólogo (X)
Institución donde labora:	Área Educativa / Área Clínica	
Tiempo de experiencia profesional en el área :	Inteligencia emocional y violencia escolar en la institución educativa particular Ingeniería, Cajamarca, 2020	
Experiencia en Investigación Psicométrica :		

2. PROPÓSITO DE LA EVALUACIÓN:


- Validar lingüísticamente el instrumento, por juicio de expertos.
- Juzgar la pertinencia de los ítems de acuerdo a la dimensión del área según la autora.



Katia L. Arribasplata Izquierdo
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 22785

- Primera dimensión : Obsesión
- Objetivos de la Dimensión: Nivel de obsesión a la redes sociales


INDICADORES	Item	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Tiempo en redes sociales	Necesito cada vez más tiempo para atender mis asuntos relacionados con las redes sociales.	4	4	4	
	El tiempo que antes destinaba para estar conectado(a) a las redes sociales ya no me satisface, necesito más.	4	4	4	
Desconexión Malhumor	No sé qué hacer cuando quedo desconectado(a) de las redes sociales.	4	4	4	
	Me pongo de malhumor si no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
Ansiedad Control de desconexión Desarrollo de actividades	Me siento ansioso(a) cuando no puedo conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Puedo desconectarme de las redes sociales por varios días.	4	4	4	
	Aun cuando desarrollo otras actividades, no dejo de pensar en lo que sucede en las redes sociales.	4	4	4	
Descuido	Descuido a mis amigos o familiares por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Tiempo	Mi pareja, o amigos, o familiares; me han llamado la atención por mi dedicación y el tiempo que destino a las cosas de las redes sociales.	4	4	4	
	Cuando estoy en clase sin conectar con las redes sociales, me siento aburrido(a).	4	4	4	



 Katia L. Arenas Plata Izquierdo
 PSICÓLOGA
 C.P.S.P. 22788

- Segunda dimensión : Falta de control
- Objetivos de la Dimensión: Medir la falta de control en el uso de las redes sociales


INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conexión	Apenas despierto ya estoy conectándome a las redes sociales.	4	4	4	
Tiempo	Pienso en lo que puede estar pasando en las redes sociales.	4	4	4	
Control	Pienso en que debo controlar mi actividad de conectarme a las redes sociales.	4	4	4	
	Me propongo sin éxito, controlar mis hábitos de uso prolongado e intenso de las redes sociales.	4	4	4	
Descuido	Descuido las tareas y los estudios por estar conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Intensidad y frecuencia	Creo que es un problema la intensidad y la frecuencia con la que entro y uso la red social.	4	4	4	



 Katia L. Arribasplata Izquierdo
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. 22785

- Tercera dimensión : Uso excesivo
- Objetivos de la Dimensión: Nivel de uso excesivo en las redes sociales

INDICADORES	Ítem	Claridad	Coherencia	Relevancia	Observaciones/ Recomendaciones
Conexión	Siento gran necesidad de permanecer conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Uso	Entrar y usar las redes sociales me produce alivio, me relaja.	4	4	4	
Tiempo	Cuando entro a las redes sociales pierdo el sentido del tiempo.	4	4	4	
	Generalmente permanezco más tiempo en las redes sociales, del que inicialmente había destinado.	4	4	4	
	Invierto mucho tiempo del día conectándome y desconectándome de las redes sociales.	4	4	4	
	Permanezco mucho tiempo conectado(a) a las redes sociales.	4	4	4	
Atención	Estoy atento(a) a las alertas que me envían desde las redes sociales a mi teléfono o a la computadora.	4	4	4	
Conexión a escondidas	Aun cuando estoy en clase, me conecto con disimulo a las redes sociales.	4	4	4	



 Katia L. Arribasplata Izquierdo
 PSICÓLOGA
 C.Ps.P. 22785

Anexo 07: Prueba de normalidad

	Pruebas de normalidad			Shapiro-Wilk		
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Estadístico	Gl	Sig.	Estadístico	gl	Sig.
	o			o		
D1V1	,088	113	,030	,969	113	,010
D2V1	,091	113	,022	,985	113	,241
D3V1	,131	113	,000	,965	113	,004
V1	,098	113	,009	,963	113	,003
D1V2	,099	113	,009	,935	113	,000
D2V2	,131	113	,000	,937	113	,000
D3V2	,088	113	,031	,956	113	,001
V2	,108	113	,002	,940	113	,000

a. Corrección de significación de Lilliefors

Anexo 08: Consentimiento informado



UNIVERSIDAD CÉSAR VALLEJO

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo.....con
DNI..... tengo conocimiento que mi menor hijo(a), estudiante de la IE.
.....que cursa el
segundo grado a quinto de educación secundaria, ha sido invitado a participar de un
estudio cuyo objetivo es determinar cuál es la relación entre la adicción a las redes
sociales y el estrés académico en los estudiantes de educación secundaria de una
institución educativa de Santiago de Chuco, 2022, información que permitirá tomar
decisiones para contribuir con el logro de aprendizajes en los estudiantes a través de
los entornos virtuales . Para ello el estudiante responderá una serie de interrogantes a
través dos cuestionarios sobre la adicción a las redes sociales y el estrés académico
en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2022, los cuales
serán aplicados en el aula de clases en presencia de su docente de aula. Este estudio
es realizado por el docente Domingo Walter Caspito Miñano, en el marco de la
investigación de posgrado de Maestría en psicología educativa de la Universidad
César Vallejo.

Santiago de Chuco, 10 de mayo del 2023



.....
Firma del padre o apoderado DNI N°

Anexo 09: Carta de presentación



“AÑO DE LA UNIDAD, LA PAZ Y EL DESARROLLO”

Trujillo, 05 de junio de 2023

CARTA N° 257-2023-UCV-VA-EPG-F01/J

Sr. Jaime David Contreras Rosso

Director

INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 80528 – SURUVARA – SANTIAGO DE CHUCO

Presente. –

ASUNTO: AUTORIZACIÓN PARA APLICAR INSTRUMENTOS PARA EL DESARROLLO DE TESIS

Es grato dirigirme a usted para saludarle cordialmente y así mismo presentar al estudiante **DOMINGO WALTER CASPITO MIÑANO**, del programa de **MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA EDUCATIVA**, de la Escuela de Posgrado de la Universidad César Vallejo.

El estudiante en mención solicita autorización para aplicar los instrumentos necesarios para el desarrollo de su tesis denominada: **“ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADÉMICO EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA DE SANTIAGO DE CHUCO, 2022”**, en la institución que usted dirige.

El objetivo principal de este trabajo de investigación es determinar la relación que existe entre la adicción a las redes sociales y el estrés académico, en los estudiantes de una institución educativa de Santiago de Chuco, 2022.

Agradeciendo la atención que brinde a la presente, aprovecho la oportunidad para expresarle mi consideración y respeto.

Atentamente. –



Mg. Ricardo Benites Aliaga
Jefe de la Escuela de Posgrado-Trujillo
Universidad César Vallejo

ADJUNTO:

- Instrumentos de recolección de datos.

Anexo10: Constancia de aplicación de instrumentos

ANEXO Nro. 06



EL QUE SUSCRIBE DIRECTOR DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 80528 "JNEN", COMPRENSIÓN DE LA UGEL DE SANTIAGO DE CHUCO;

HACE CONSTAR:

Que, don DOMINGO WALTER CASPITO MIÑANO ha aplicado los instrumentos de recolección de datos sobre ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACEDMICO EN LOS ESTUDIANTES del 10 de mayo al 28 de junio del 2023 en el marco de la investigación titulada ADICCIÓN A LAS REDES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE SANTIAGO DE CHUCO, 2023, con fines de titulación de su Maestría en Psicología Educativa en la Universidad César Vallejo.

Se le expide la presente a solicitud del interesado para los fines que estime conveniente.

Santiago de Chuco, 06 de junio del 2023.



David Contreras Rosso
Jaime David Contreras Rosso

Anexo10: Constancia de investigación

CONSTANCIA DE HABER REALIZADO INVESTIGACIÓN EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA N° 80528 SURUVARA DE SANTIAGO DE CHUCO

Conste por el presente documento, que el alumno : DOMINGO WALTER CASPITO MIÑANO perteneciente al III ciclo de la Escuela Académico Profesional de POSGRADO, ha realizado la investigación denominada ADICION A LAS REDES SOCIALES Y EL ESTRÉS ACADEMICO EN LOS ESTUDIANTES DE UNA INSTITUCION EDUCATIVA DE SANTIAGO DE CHUCO, 2022; en el período comprendido entre 09-04-2022 y 23-07-2023, en la institución N° 80528 "JNEN", conduciéndose con propiedad y conforme a lo establecido en reglamento de Investigación de la Universidad CESAR VALLEJO Asimismo, han entregado a esta dirección, una copia del informe de investigación, conteniendo los resultados, conclusiones y recomendaciones derivados de dicho estudio.

Se expide la presente a solicitud de la parte interesada para los fines que estime convenientes.

Santiago de Chuco 20 de junio del año 2023




Lic. Jaime David Contreras Rosso
Director